

### LO QUE TE PUEDE APORTAR EL CURSO

---

- Aprender a hacerte ayudar metódicamente para obtener un mayor provecho de tus entrevistas individuales.
- Adquirir las bases del método PRH para hacerte ayudar.
- Con el fin de acelerar tu crecimiento y de ir hacia una mayor autonomía en tus entrevistas.

### EL CONTENIDO DEL CURSO

---

- *Acceso global y lectura de su propia experiencia como ayudado(a)*
- *1ª parte – El método de la relación de ayuda PRH*
  - La opción del material de trabajo en relación de ayuda PRH
  - La preparación de una entrevista: aprendizaje del método y presentación de su preparación
  - Primera entrevista experimental vivida dentro del grupo de los participantes
  - El desarrollo de una entrevista tipo en sus diferentes fases
- *2ª parte – Las actitudes esenciales para hacerse ayudar*
  - Las actitudes a vivir respecto a sí mismo y respecto a la persona que ayuda
  - Segunda entrevista experimental vivida dentro del grupo de los participantes
  - El trabajo experimental de entrevistas va seguido de un trabajo de observación y de tiempos de intercambios  
Todo ello bajo la responsabilidad, la orientación y las aportaciones del formador(a).
- *Plan de acción y balance*

### MARCO PEDAGÓGICO

---

La formación se da en grupo. Unas preguntas invitan a cada participante a observar en su propia vida el tema tratado y a describir su vivencia. Este tiempo personal de análisis guiado va seguido de un compartir libre, sin entrar en discusión. Con vistas a profundizar en la búsqueda personal de cada participante, el(la) formador(a) interviene y utiliza diferentes medios pedagógicos (esquemas, aportaciones, notas de síntesis, ...) El trabajo en grupo permite enriquecerse de la diversidad de las experiencias. Se les invita a una toma de decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.

### CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

---

Es necesario haber seguido el curso *¿Quién soy yo, hoy?* Este curso no es aconsejable a las personas fuertemente perturbadas o en psicoterapia salvo el parecer favorable de su psicoterapeuta.